

" УТВЕРЖДАЮ"  
 Заведующий МБДОУ  
 г. Нижневартовска ДС №27  
 "Филиппок"  
 Сингизова Ю. Ю.  
 М. П. 29 сентября 2024 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_

День: 1  
 Неделя: 1  
 Сезон: ЛЕТО - ОСЕНЬ сад (примерное) 2024 г. КОРПУС 1  
 Возрастная категория: Дети-сад\_1 КОРПУС+

### Ежедневное меню на 30 сентября 2024 г.

№ рецеп- туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)++	201	3,518	3,719	4,623	108,038	0,05	0,017	0,844	165,604	0,171
268	Бутерброды с маслом	5/28,8	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62
35,1	Кофейный напиток+	202	2,525	1,616	14,459	78,033	0,061	0,253	1,162	41,269	0,596
0,09	Хлеб ржаной+	10	0,66	0,12	3,42	17,702	0,018	0,008		3,5	0,39
	<b>Итого:</b>	<b>448</b>	<b>9,153</b>	<b>13,005</b>	<b>37,122</b>	<b>339,772</b>	<b>0,179</b>	<b>0,308</b>	<b>2,006</b>	<b>219,673</b>	<b>1,777</b>
<b>Завтрак 2ой</b>											
51	Снежок	182	4,75	4,095	6,552	81,9	0,064	0,028	1,147	196,56	0,164
0,14	Печенье	30									
	<b>Итого:</b>	<b>212</b>	<b>4,75</b>	<b>4,095</b>	<b>6,552</b>	<b>81,9</b>	<b>0,064</b>	<b>0,028</b>	<b>1,147</b>	<b>196,56</b>	<b>0,164</b>
<b>Обед</b>											
3 05 4,1	ТК № 3054.1 Икра свекольная (рец. 54) Сб.1	60	1,41	2,76	7,4	60,06	0,02	0,02	4,03	22,94	1,06
3 07 6,1	ТК № 3076.1 Рассольник ленинградский с перловкой (рец. 76) Сб.1	200	1,68	4,09	13,27	96,6	0,08	0,05	6,03	21,16	0,78
222	Зелень в суп	1	0,026	0,006	0,04	0,3		0,002	1	2,23	0,016
0,13	Сметана в суп	6	0,18	0,6	0,165	6,78		0,015	0,038	5,4	0,015
103, 1	Макаронные изделия отварные	150	12,25	4,32	74,87	229,36	0,23	0,09		28,11	1,63
257, 1	Гуляш из говядины	80	19,33	5,74	3,94	142,88	0,09	0,17	1,37	18,34	1,8
273, 4	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	17,56	71	0,005		5,32	5,86	0,134
0,09	Хлеб ржаной+	15	0,99	0,18	5,13	26,553	0,027	0,012		5,25	0,585
	Хлеб пшеничный+	16	1,216	0,144	7,469	36,736	0,026	0,01		3,68	0,304
	<b>Итого:</b>	<b>728</b>	<b>37,182</b>	<b>17,85</b>	<b>129,844</b>	<b>670,269</b>	<b>0,478</b>	<b>0,369</b>	<b>17,788</b>	<b>112,97</b>	<b>6,324</b>
<b>Уплотненный полдник</b>											
215, 1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,017	0,017	5	11,5	0,3
181, 1	Соус молочный (для подачи к блюдам)	25	0,5	1,2	1,9	20,2	0,01	0,02	0,07	14,98	0,04
24,1	Омлет с сыром	150	18,938	19,313	2,813	260,063	0,075	0,45	0,356	278,625	2,494
351	Пирожки сдобные печенье с сердцем	60	7,72	4,96	20,4	157,13	0,061	0,08	1,75	11,63	2,33
133	Кисель из плодов шиповника	200	0,3		25,312	107,42		0,04	35,2	8,75	1,86
	Хлеб пшеничный+	21	1,596	0,189	9,803	48,216	0,034	0,013		4,83	0,399
0,01	Соль+	2								7,36	0,058
	<b>Итого:</b>	<b>508</b>	<b>29,453</b>	<b>25,711</b>	<b>61,477</b>	<b>600,078</b>	<b>0,196</b>	<b>0,619</b>	<b>42,376</b>	<b>337,675</b>	<b>7,481</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1 896</b>	<b>80,538</b>	<b>60,661</b>	<b>234,995</b>	<b>1 692,02</b>	<b>0,916</b>	<b>1,324</b>	<b>63,316</b>	<b>866,877</b>	<b>15,745</b>
	<b>Итого среднее за 10 дней:</b>		<b>92,112</b>	<b>68,173</b>	<b>334,295</b>	<b>2 305,372</b>	<b>1,378</b>	<b>3,307</b>	<b>130,127</b>	<b>916,271</b>	<b>21,845</b>

Стоимость рациона: 160,88 руб.

Стоимость по плану 215 руб.

Средняя  
стоимость за 10  
дней: 164,97 руб.

шеф-повар: \_\_\_\_\_/ Арланова М. Н.

: \_\_\_\_\_/ --

бухгалтер: \_\_\_\_\_/ Мальцева Е. Н.